Die LIBRE-Studie

bcaction.de/libre-studie

19. Oktober 2013

(Last Updated On: 14. April 2014)

LIBRE-Studie
Lebensstil-Intervention bei Frauen mit erblichem Brust- und Eierstockkrebs

Auf der Webseite des Tumorzentrums München wird die Studie mit „LIBRE (Lebensstilintervention bei gesunden und erkrankten BRCA1/2 Mutationsträgerinnen und Frauen mit einem hohen Risiko für Brust- und Eierstockkrebs)“ vorgestellt.

Einiges zum Hintergrund der Studie

Frauen mit „hoch penetranten“ BRCA-Mutationen haben – wie auch durch medizinische FachexpertInnen in jüngerer Zeit in den Medien vielfach so dargestellt – ein Risiko von 80%, an Brustkrebs, und ein Risiko von 60%, an Eierstockkrebs zu erkranken. Demnach bestehe keine 100%ige Erkrankungswahrscheinlichkeit, weshalb die Existenz von Risiko „modulierenden“ Faktoren vermutet wird. Es gibt Untersuchungen, dass sportliche Aktivität, gesunde Ernährung und Normalgewichtigkeit das Auftreten von Brustkrebs sowie die Rezidivrate und die Mortalität bei sporadischen Mammakarzinompatientinnen signifikant reduzieren.

Gewicht, Sport und Brustkrebs

Die Koordinatorin der Studie, Prof. Dr. Marion Kiechle, legte in einer Powerpoint-Präsentation hier eine Arbeit von 1985 zugrunde, nach der Frauen, die in der Jugend Athletinnen gewesen waren, seltener an Brustkrebs erkrankt seien. Danach habe körperliche Aktivität die Entstehung von Brustkrebs gesenkt und Gewichtszunahme habe sowohl die Entstehung von Brustkrebs gefördert, wie auch das Überleben nach Brustkrebs verschlechtert. (Ausnahmen bestätigen auch hier offensichtlich die Regel, oder andere Faktoren begünstigen Brustkrebs, s. z.B. Leistungssportlerinnen wie Martina Navratilova, die ebenfalls betroffen sind.) Thune et al NEJM 1997 werden ebenfalls als Quelle benannt, wonach 4 Std. körperliche Aktivität pro Woche und sogar noch mehr „schwere körperliche Arbeit“ das Brustkrebsrisiko senken könnten. Im Detail könne eine Gewichtszunahme von mehr als 20 KG nach dem 18. Lebensjahr das Brustkrebsrisiko verdoppeln. Übergewicht korreliere mit einer hyperkalorischen Ernährung: Je hyperkalorischer die Nahrung, desto höher die Brustkrebsinzidenz. Eine Gewichtszunahme von mehr als 5 KG führe zu einer Verschlechterung der Gesamtüberlebens von 20%. Frauen mit Brustkrebs, die sich mit einer

Ernährung mit einem Fettanteil von 15% ernährten, nahmen in einer Studie an Gewicht ab und erlitten 34% weniger Rückfälle nach fünf Jahren. Die Fettaufnahme spielt, wie eine Graphik hier zeigen soll, eine Rolle: je höher der Fettkonsum, desto höher die Brustkrebssterblichkeit. Eine weitere Folie zeigt dabei den Fettkonsum der Ernährung in Deutschland, der deutlich im roten Bereich liegt, während der Konsum von Kohlehydraten im Vergleich dazu erniedrigt erscheint. Dass ein moderates Sportprogramm die Brustkrebssterblichkeit und die Wahrscheinlichkeit eines Rezidives senken könnte, hat auch die Nurses Health Study (Beobachtungszeitraum 1984-98) gezeigt.

Gewichtung von Ursachen für Krebs

Kiechle stellt in ihrer Präsentation folgende Zahlen für die Entstehung von Krebs (hier nicht Brustkrebs) wie folgt dar:

- Falsche Ernährung, Bewegungsmangel: 30%
- Rauchen: 25%
- Alkohol: 3%
- Gefährdung am Arbeitsplatz: 6%
- Umweltverschmutzung: 2%
- Infektionen: 5%
- Genetische Ursachen: 5%
- Unklar 24%
- FAZIT: Vermeidbar durch Prävention 71%

Die Hypothese der 3-jährigen prospektiven LIBRE-Studie ist, dass durch ein strukturiertes Lebensstil-Interventionsprogramm der Ernährungszustand, die körperliche Fitness, das Gewicht, die Lebensqualität und auch die Stressverarbeitung in Mutationsträgerinnen und Hochrisikopatientinnen verbessert werden können. In einer Folgestudie (4-13 Jahre) ist es Ziel dieses „Interventionsprogramms“, eine Reduktion der Krebsinzidenz und eine Verbesserung von Prognose und Sterblichkeit zu erreichen.

Brustkrebs und Psyche

Im Pressetext zur Studie, vorgestellt auf dem Senologie-Kongress 2013, nimmt Kiechle auch Bezug auf den Einfluss von Sport, Stressverarbeitung und Psyche. Demnach seien weitere Risikofaktoren für Brustkrebs Depressionen, eine „pessimistische Lebensperspektive und eine negative Stressverarbeitung“. Es habe sich gezeigt, dass körperliche Aktivität einen günstigen Einfluss auf Stressverarbeitung und Depressionen nehme. Die große Bedeutung einer optimistischen Lebenseinstellung für verschiedene psychische als auch somatische Erkrankungen wurde in vielen Studien überzeugend dargelegt, so Kiechle hier. Es zeige sich außerdem eine positive Korrelation zwischen einer optimistischen Lebensperspektive und dem psychischen Wohlbefinden, der Gesundheit, der Stressreduktion, der Sterblichkeit und einer schnelleren Genesung nach einer Erkrankung.

Studiendesign

- Prospektive, randomisierte, kontrollierte Multi-Center-Studie
- 660 Studienteilnehmerinnen (Randomisierung 330:330), „Hochrisikopatientinnen“ mit und ohne Brustkrebs (Anmerkung BCAG: *„Hochrisiko“*, was auch immer dies ist, ist noch nicht „Patientin“)

- Intervention über drei Jahre mit sportlicher Aktivität und Ernährungsplan (überwachtes Training und Heimtraining)
- Primärer Endpunkt: Machbarkeit und Akzeptanz der Lebensstil-Intervention, Lebensqualität, Leistungsfähigkeit
- Sekundäre Endpunkte: Stressverarbeitung, Optimismus, BMI, Fettverzehr, maximale Leistungsfähigkeit

Studienleitung

Prof. Dr. Marion Kiechle (Koordinatorin), Klinikum rechts der Isar, München und Team (Link zu einem Interview zu erblich bedingtem Brustkrebs und Tumorrisikoberatung bei Deutsche Krebsgesellschaft). Download des Interview als mp3 (bei Dt. Krebsgesellschaft). Marion Kiechle stellt durch das Outing von Angelina Jolie den Anstieg der Nachfrage nach Beratung um rd. 50% fest, rund zwei Drittel der von BRCA betroffenen Frauen entscheiden sich nach diesem Interview (Stand März 2014) für Überwachung und nicht für die Entfernung der Brust, rund 80% der von BRCA betroffenen Frauen lassen eine Entfernung der Eierstöcke vornehmen.

Kooperationen

- 15 interdisziplinäre, universitäre Zentren des Deutschen Konsortiums familiärer Brust- und Eierstockkrebs (zurzeit jedoch nur München, Köln, Kiel)
- Selbsthilfegruppe für familiären Brust und Eierstockkrebs

Förderung

- Förderzeitraum 2013 – 2016
- Gefördert durch Deutsche Krebshilfe mit € 1.400.000 (Projektnr. 110013)

Quellen:

Webseite des Tumorzentrums München
Projektflyer
Powerpointpräsentation: Prof. Dr. Marion Kiechle: Sport und Lifestyle bei Brustkrebs
Pressetext: Erblicher Brustkrebs: Welche Risiken bestehen bei BRCA Genmutationen und was kann Frau tun, Deutschen Gesellschaft für Senologie (DGS) anlässlich ihrer 33. Jahrestagung v. 27. Juni 2013

Bildnachweis: Foto Projektflyer BCAG